

## SHRNUTÍ PRACOVNÍHO DNE

Zapište si každý den do tabulky 3 nejpodstatnější věci, které se Vám během dne podařilo zrealizovat.

- 3 mé silné stránky či dovednosti, které jsem v ten daný den nejvíc využila
- 1 novou věc, kterou jsem se v práci naučila, dozvěděla, uvědomila si
- 1 věc, co byla pro mě daný den nejtěžší, co mě nejvíce potrápilo

V posledním sloupečku ohodnoťte číslem od 1 do 10 Váš celkový pocit z daného dne.

Příčemž 10 znamená — naprosto perfektní den, 1 - totální katastrofa

DEN	1.věc	2.věc	3.věc	1-10
	3 mé silné stránky, dovednosti	co jsem se dnes nového naučila	co mě dnes nejvíce potrápilo	
1. den				
2. den				
3. den				
4. den				
5. den				
6. den				
7. den				



Mgr. Irena Houdková Business, Executive, Life kouč s certifikací ICF (ACC)

Tel. +420 702 186 683, Email: [info@houdkova-profikouc.cz](mailto:info@houdkova-profikouc.cz), <https://houdkova-profikouc.cz/>

